

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA ADIKSI INTERNET DENGAN INSOMNIA PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA



Oleh:

GUSTI AYU AUDYA VARYGATA MASTA

2218011091

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

SINGARAJA

2025



**HUBUNGAN ANTARA ADIKSI INTERNET DENGAN
INSOMNIA PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI
KEDOKTERAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN
GANESHA**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Universitas Pendidikan Ganesha

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan

Program Sarjana Kedokteran

Oleh

Gusti Ayu Audya Varygata Masta

NIM 2218011091



PROGRAM STUDI KEDOKTERAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

SINGARAJA

2025

SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS
DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK
MENCAPAI GELAR SARJANA KEDOKTERAN**



dr. I Komang Gunawan Landra, Sp. KJ

NIDK. 8882850017

dr. Nyoman Intan Permatahati Wiguna,
S.Ked., M.Biomed

NIP. 199207072019032031

Skripsi oleh Gusti Ayu Audya Varygata Masta dengan judul “Hubungan Antara Adiksi Internet Dengan Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha” ini telah di pertahankan di depan dewan penguji pada

Hari : Rabu

Pada tanggal : 24 Desember 2025

Dewan Penguji


Dr. dr. I Komang Gunawan Landra, Sp. KJ
NIDK. 8882850017

(Ketua)


dr. Nyoman Intan Permatahati Wiguna, S.Ked., M.Biomed
NIP. 199207072019032031

(Anggota)


Dr. dr. Made Kurnia Widiastuti Giri, S.Ked., M.Kes. PGDMTHM
NIP. 198202172008122001

(Anggota)

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana kedokteran

Pada :
Hari : Rabu
Tanggal : 24 Desember 2025

Mengetahui,

Ketua Ujian,

Sekretaris Ujian,

Dr. dr. I Komang Gunawan Landra, Sp. KJ
NIDK. 8882850017

dr. Nyoman Intan Permatahati Wiguna,
S.Ked., M.Biomed
NIP. 199207072019032031

Mengesahkan
Dekan Fakultas Kedokteran,



Prof. Dr. M. Ahmad Djojosugito, dr. Sp. OT(K), MHA, MBA, FICS.
NIR. 1942062720180501380

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “Hubungan Antara Adiksi Internet Dengan Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan atau ada klaim terhadap karya saya ini.

Singaraja, 10 Desember 2025

Yang membuat pernyataan,



Gusti Ayu Audya Varygata Masta

NIM. 2218011091

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan usulan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Adiksi Internet Dengan Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha”. Usulan penelitian ini disusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana kedokteran pada Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam menyelesaikan usulan penelitian ini, penulis banyak mendapat bantuan baik berupa moral maupun material dari berbagai pihak. Oleh karenanya, dalam kesempatan ini penulis hendak mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. dr. M. Ahmad Djojosingito, Sp.OT(K), MHA., MBA selaku Dekan Fakultas Kedokteran penyusunan usulan penelitian ini.
2. Dr. dr. Made Kurnia Widiastuti Giri, S.Ked., M.Kes. selaku Ketua Program Studi Kedokteran penyusunan usulan penelitian ini.
3. Dr. dr. I Komang Gunawan Landra, Sp. KJ. selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, petunjuk, dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan usulan penelitian ini.
4. dr. Nyoman Intan Permatahati Wiguna, S.Ked., M.Biomed. selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, petunjuk, dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan usulan penelitian ini.
5. I Gusti Ngurah Anom Masta dan Sang Ayu Putu Puspitasari, sosok yang senantiasa menjadi sumber kekuatan dan keteduhan bagi peneliti. Terima

kasih atas doa, perhatian, serta dukungan tanpa henti yang selalu menguatkan setiap Langkah. Nasihat Mama dan Aji yang tak pernah putus memberi harapan, keberanian, dan keyakinan telah menjadi pijakan penting bagi peneliti untuk bertahan menghadapi berbagai proses dan tantangan akademik. Rasa syukur yang dalam peneliti panjatkan karena terlahir dan dibesarkan oleh orang tua yang penuh kasih. Dengan segala kerendahan hati, peneliti mempersembahkan terselesaikannya skripsi ini sebagai ungkapan hormat dan terima kasih atas segala pengorbanan, ketulusan, dan cinta yang telah menghantarkan peneliti hingga mencapai titik ini.

6. Seluruh keluarga, sahabat, teman-teman, dan kerabat dekat yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu yang tentunya selalu membantu memberi semangat dan dukungan dalam menyelesaikan penyusunan usulan penelitian ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa apa yang tersaji dalam usulan penelitian ini masih jauh dari sempurna, maka dari itu penulis mengharapkan kritik maupun saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak. Penulis berharap usulan penelitian ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.

Singaraja, 10 Desember 2025



Penulis

DAFTAR ISI

PRAKATA	i
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan.....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Teoritis.....	4
1.4.2 Praktis	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Adiksi Internet.....	6
2.1.1 Epidemiologi.....	7
2.1.2 Patofisiologi.....	7
2.1.3 Faktor Risiko	8
2.1.4 Dampak.....	9
2.1.5 Kriteria Adiksi Internet.....	9
2.1.6 Asesmen Adiksi Internet.....	11
2.2 Insomnia	13
2.2.1 Fisiologi Tidur	13
2.2.2 Definisi Insomnia.....	14
2.2.3 Patofisiologi.....	15
2.2.4 Epidemiologi.....	16
2.2.5 Dampak.....	17
2.2.6 Faktor Resiko.....	17
2.2.8 Asesmen Insomnia	20
2.3 Hubungan Adiksi Internet dengan Insomnia.....	21
2.4 Penelitian yang Relevan	22
2.5 Kerangka Konsep	24
2.6 Hipotesis Penelitian.....	24
BAB III METODE PENELITIAN	25

3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	25
3.2 Desain Penelitian	25
3.3 Populasi dan Sampel	25
3.3.1 Populasi	25
3.3.2 Sampel	26
3.3.3 Besar Sampel	27
3.4 Variabel Penelitian	28
3.4.1 Variabel bebas (<i>independent variable</i>)	28
3.4.2 Variabel terikat (<i>dependent variable</i>)	28
3.5 Definisi Operasional Penelitian	28
3.6 Instrumen Penelitian	30
3.6.1 Kuesioner <i>Internet Addiction Test</i> (IAT)	30
3.6.2 Kuesioner <i>Insomnia Severity Index</i> (ISI)	31
3.7 Prosedur Pengambilan atau Pengumpulan Data	32
3.8 Teknik Analisis Data	33
3.8.1 Analisis Univariat	34
3.8.2 Analisis Bivariat	35
BAB IV HASIL PENELITIAN	37
4.1 Deskripsi Data	37
4.2 Distribusi Responden	37
4.2.1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia	38
4.2.2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	39
4.2.3 Distribusi Responden Berdasarkan Angkatan Perkuliahan	40
4.3 Distribusi Data Univariat	41
4.3.1 Distribusi Tingkat Adiksi Internet Pada Mahasiswa	41
4.3.2 Distribusi Tingkat Insomnia Pada Mahasiswa	43
4.4 Tabulasi Silang Adiksi Internet dengan Insomnia	45
4.5 Distribusi Data Bivariat	51
BAB V PEMBAHASAN	48
5.1 Tingkat Adiksi Internet pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha	48
5.2 Tingkat Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha	51
5.3 Hubungan antara Adiksi Internet dengan Insomnia	52
5.4 Keterbatasan Penelitian	55
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	56

6.1 Kesimpulan.....	56
6.2 Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	65



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Penelitian.....	26
Tabel 3.2 Definisi Operasional	29
Tabel 3.3 Indikator Penilaian Kuesioner IAT.....	31
Tabel 3.4 Indikator Penilaian Kuesioner ISI.....	32
Tabel 4.1 Karakteristik Responden.....	38
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Angkatan Perkuliahan	40
Tabel 4.3 Karakteristik Tingkat Adiksi Internet	41
Tabel 4.4 Karakteristik Demografis Tingkat Adiksi Internet Responden	42
Tabel 4.4 Karakteristik Tingkat Insomnia	43
Tabel 4.5 Karakteristik Demografis Tingkat Insomnia Responden.....	44
Tabel 4.6 Tabulasi Silang Hubungan Adiksi Internet dengan Insomnia	45
Tabel 4.7 Hasil Uji <i>Rank Spearman's Rho</i>	47



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep	27
Gambar 3.1 Prosedur Penelitian	33
Gambar 4.1 Diagram Batang Karakteristik Responden	39
Gambar 4.2 Diagram Batang Karakteristik Responden	39
Gambar 4.3 Diagram Batang Distribusi Responden	45
Gambar 4.4 Diagram Batang Distribusi Tingkat	42
Gambar 4.5 Diagram Batang Distribusi Tingkat Insomnia Responden	44
Gambar 4.6 Presentase Tingkat Adiksi Internet dengan Insomnia	46



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan.....	66
Lampiran 2. Informed Consent.....	67
Lampiran 3. Profil Responden.....	68
Lampiran 4. Kuesioner <i>Internet Addiction Test</i> (IAT)	70
Lampiran 5. Kuesioner <i>Insomnia Severity Index</i> (ISI)	73
Lampiran 6. Hasil Pengolahan SPSS	75
Lampiran 7. Keterangan Kelaikan Etik	76
Lampiran 8. <i>Log Book</i> Dosen Pembimbing I.....	77
Lampiran 9. <i>Log Book</i> Dosen Pembimbing II	79
Lampiran 10. Publikasi Artikel.....	81
Lampiran 11. Riwayat Hidup Penulis.....	82

